

## **Karotten-Birnen-Gemüse**

*Für 4 Personen*

*4-6 Karotten ,2 bis 4 TL Öl*

*250 ml Gemüsebrühe, 1 ausgekratzte Vanilleschote*

*1 Knoblauchzehe , 2 EL Butter, Salz, schwarzer Pfeffer aus der Mühle*

*2 Prisen Cayennepfeffer, 2 - 3 reife, feste rotbackige Birnen*

*2 bis 3 TL Puderzucker, Einige Tropfen Arganöl*

Die Karotten schälen und schräg in 2 bis 3 mm dicke Scheiben schneiden.

Bei milder Hitze in einem Topf im Öl etwas anschwitzen, die Brühe dazu geben, Vanille und Knoblauch dazu geben und zugedeckt bei sanfter Hitze in etwa 8 Minuten fertig garen. Die Butter dazu geben und mit Salz, Pfeffer und Cayennepfeffer abschmecken.

Die Birnen waschen, vierteln, entkernen, in Spalten schneiden.

In einer Pfanne bei milder Hitze den Puderzucker hell karamellisieren, die Birnenspalten darin auf beiden Seiten anbraten und mit dem Karottengemüse mischen. Knoblauch und Vanille entfernen. Das Gemüse auf warmen Tellern anrichten, und mit einigen Tropfen Arganöl beträufeln.

## **Kürbis-Kartoffel-Puffer**

*Für 6 - 8 Stück*

*500 g Hokkaido-Kürbis , 500 g Kartoffeln*

*2 - 3 Eier, Stärkepulver, Salz, Pfeffer, Muskat*

Geschälte Kartoffeln und den Kürbis grob reiben und gut ausdrücken.

Die Eier unter die Raspeln rühren und die Masse kräftig mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen.

Evtl. etwas Stärkepulver zugeben.

In einer Pfanne etwas Öl erhitzen und die Kürbis-Kartoffelmasse esslöffelweise von beiden Seiten darin ausbacken.

**Gutes Gelingen und einen ebensolchen Appetit !!!**